

# Normal diet

الجمعه	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الإثنين	الأحد	السبت	
بازلاء بصوص الطماطم رغيف خبز شرائح خيار + طماطم حبات زيتون اسود + حبة فاكهة	فول مصرى بالطحينة رغيف خبز شرائح خيار + طماطم + حبات زيتون اسود حبة فاكهة	بيض شكشوكة شريحتين توست شرائح خيار + طماطم + حبات زيتون اسود حبة فاكهة	فول قلابة رغيف خبز شرائح خيار + طماطم + حبات زيتون اسود حبة فاكهة	عدس مع زيت الزيتون رغيف خبز شرائح خيار + طماطم + حبات زيتون اسود حبة فاكهة	حمص مع الفلفل والطماطم والبصل شريحتين توست شرائح خيار + طماطم + حبات زيتون اسود + حبة فاكهة	بيض مسلوق 3 جبن قريش شريحتين توست شرائح خيار + طماطم + حبات زيتون اسود + حبة فاكهة	الفطور
ظرف شاي + حليب معلب + مربي خوخ + سكر أظرف	ظرف شاي + حليب معلب + عسل + سكر أظرف	ظرف شاي + حليب معلب + مربي خوخ + سكر أظرف	ظرف شاي + حليب معلب + مربي فراولة + سكر أظرف	ظرف شاي + حليب معلب + مربي دجاج بالفرن ملوخية	ظرف شاي + حليب معلب + مربي فراولة + سكر أظرف	ظرف شاي + حليب معلب + مربي خوخ + سكر أظرف	
كبسة بالدجاج مع الخضار	بريانى لحم بالمكسرات والخضار	سمك مشوي 60gm رز بالشبت بامية	أرز ابيض	أرز بالزعفران 60gm دجاج مشوي مصلقة	أرز 60gm صيادية بالسمك صينية بطاطس مع كوسه بالفرن	أرز بخاري 60gm دجاج مشوي خضار مشكل	الغداء
سلطة + حبة فاكهة + لبن + ماء	سلطة حارة بالطماطم + حبة فاكهة + لبن + ماء	طحينة + حبة فاكهة + لبن + ماء	سلطة + حبة فاكهة + لبن + ماء	سلطة + حبة فاكهة + لبن + ماء	سلطة + حبة فاكهة + لبن + ماء	سلطة + حبة فاكهة + لبن + ماء	
مكرونة مع البروكلي دجاج 60gm بطاطا مشوية	دجاج بروستد 60gm سامولي بطاطس	كشري مصرى بالدجاج والصلصة الحمراء	شاورما دجاج مع الخضار المشوية بطاطس ورق عنبر	(داودد باشا) كرات لحم بالصلصة والخضار أرز ابيض	كبسة دجاج بالخضار	مكرونة باشميل بالدجاج والكوسه	العشاء
سلطة زبادي + عصير + ماء	سلطة خضراء زبادي + عصير + ماء	سلطة خضراء مهلبية + عصير + ماء	سلطة جي + عصير + ماء	سلطة خضراء زبادي + عصير + ماء	سلطة كاستر + عصير + ماء	سلطة خضراء زبادي + عصير + ماء	